

Das Wort der Projektleiterin

Der Sommer ist in vollem Gange und ich hoffe, dass jeder von Ihnen diese schöne Jahreszeit geniessen kann.

Die Studie Swiss CHEF Trial, die vor 3 Jahren geplant worden war, befindet sich an einem Wendepunkt: Die Rekrutierung hat vor 2 Jahren begonnen (Juli 2016) und wird in einem Jahr beendet sein (Juni 2019). Es bleiben also noch 11 Monate, um 223 Patienten einzubinden und um die festgelegten Ziele zu erreichen. So wie sich die Rekrutierung entwickelt, können wir sagen, dass diese Herausforderung durchführbar ist.

Beim Symposium Senioren 2018, das am 7. Juni 2018 im Spital von Siders stattfand, beschrieb Herr Patrick Crettenand, Physiotherapeut und medizinisch-therapeutischer Referent für die Geriatrie im CHVR das Projekt mit folgenden Worten: *"... sich um anfällige Patienten kümmern, bei denen ein Sturzrisiko ausgemacht wurde und in ihrem Lebensraum Mittel einsetzen, die verhindern, dass sie in die Abhängigkeit abrutschen... die Möglichkeit, unseren austretenden Patienten ein Jahr lang fachmännische Betreuung anzubieten, eine unglaubliche Gelegenheit, die potentiell den Weg für eine Lebensveränderung bereitet, ... ein Glücksfall, eine unglaubliche Chance für sie und für die Wissenschaft."*

Die ersten verfügbaren Ergebnisse zeigen, dass alle Patienten, die sechs Monate lang betreut wurden, ihre Schrittgeschwindigkeit verbessert haben sowie ihre unteren Gliedmassen kräftiger wurden, was statistisch gesehen von Bedeutung ist (http://www.swiss-chef-trial.ch/pages/Media/Poster%20Montreux_11.06.18_OK.pdf). Sie haben ausserdem viel weniger Angst zu stürzen.

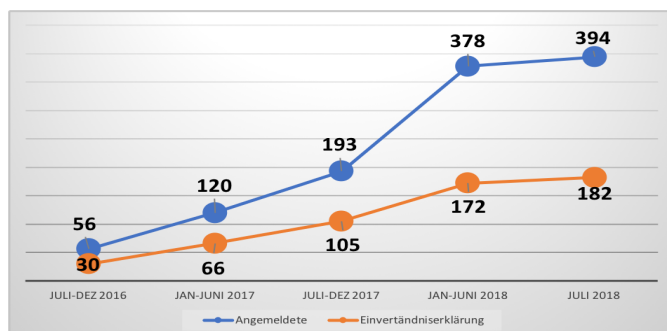
Frau Anne-Marie Rohrer, Physiotherapeutin, hat freundlicherweise auch für Sie ein kurzes Wort verfasst, die Sie in diesem 3. Newsletter finden werden.

Im Namen der Projektgruppe wünsche ich Ihnen viel Spass beim Lesen und freue mich auf Sie im Dezember 2018.

Anne-Gabrielle Mittaz Hager

Ein paar Worte zum Projektstand

In zwei Jahren hat das Engagement der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Partnerinstitutionen die Rekrutierung von 394 Teilnehmern bewirkt, von denen 182 die Einverständniserklärung unterzeichnet haben. Sämtliche Vorgehensweisen der Institutionen und Vereinigungen vor Ort waren erfolgreich, insbesondere während des 1. Semesters 2018 (Tabelle 1).



In diesem Zeitraum wurden über 60 Physiotherapeuten geschult, über 200 Evaluationen und nicht weniger als 600 Physiotherapiesitzungen bei den Patienten Zuhause durchgeführt.

Wie es weitergeht in einem Wort

Die Herausforderung besteht darin, in den nächsten 11 Monaten 223 Teilnehmer einzubinden. Die bereits in diesem Projekt aktiven Regionen (Oberwallis, Mittelwallis, Unterwallis und Lausanne) werden von einer neuen Unterregion unterstützt: die Region um Monthey / Collombey (VS). Wir freuen uns über die Teilnahme dieses neuen Zentrums beim Swiss CHEF Trial.

Das Wort von Anne-Marie Rohrer

(Physiotherapeutin zuhause)

2015 schlug mir Anne-Gabrielle Mittaz die Teilnahme an der Pilotstudie vor, die gerade ausgearbeitet wurde. Seither hat sich das Übungsprogramm, für das ich geschult wurde, deutlich weiterentwickelt und wurde signifikant verbessert. Bis jetzt hatte ich die Gelegenheit, 9 Freiwillige bei dieser wunderbaren Studie begleiten zu dürfen.

Seitens der Teilnehmer geht der erste Termin oft mit Unsicherheit einher (wird es mir gelingen? Mit wem werde ich es zu tun haben? Arbeiten mit einem Tablet?).

In ihren Augen kann man einerseits die Freude daran ablesen sich einzubringen, andererseits spürt man zu Beginn das fehlende Vertrauen vor der Schwierigkeit der Aufgabe, die auf sie wartet.

Doch im Laufe der Termine entspannen sich die Gesichtszüge und sie werden sich ihrer Lernfähigkeiten auch in fortgeschrittenem Alter bewusst.

Sie wissen, dass sie sich verbessern oder zumindest das Erlernte erhalten können.

Die Lust zu laufen zu gehen macht sich wieder bemerkbar!

Einige Übungen sind natürlich schwierig durchzuführen. Unsere Rolle besteht darin, ihnen Mittel und Wege zu zeigen, damit sie ihr Ziel erreichen - auch über einen Umweg.

Die positive Seite besteht darin, dass sie sich ihre Übungen aussuchen können, was ihnen auch Freude bereitet und ihnen die Rolle bewusst macht, die sie übernommen haben.

Was mich betrifft, so habe ich immer mehr Lust, die Studie weiterzuführen!

Es ist äusserst befriedigend, über die Türschwelle zu treten und mit einem breiten Lächeln empfangen zu werden.

Wenn Ihnen die Person sagt: "Ich spüre, dass mir das gut tut!" - ist das ein Riesenerfolg!

Abgesehen davon ist die kürzlich erlebte Krönung, eine Oma zusammen mit ihrer Enkelin zu sehen, die ihr hilft, ihr Mut zuspricht und sie motiviert!

Die Begegnung zwischen den Generationen ist zweifelsohne ein Antrieb, dessen Möglichkeiten man ausbauen sollte.

Mit den ermutigenden Ergebnissen, die beim Symposium 2018 aufgezeigt worden waren:

- Weniger Angst vor Stürzen
- Mehr Kraft
- Verbesserung der Schrittgeschwindigkeit

Das verleiht Ihnen Flügel und mit Vollkraft voraus können Sie die tapferen und freiwilligen Teilnehmer ermutigen!!!!!!!

Anne-Marie Rohrer, Juni 2018

Save The Date

Der Termin des nächsten Symposiums Senioren in Verbindung mit dem Swiss CHEF Trial steht bereits fest:

Donnerstag, 6. Juni 2019

Sie erhalten in Kürze Informationen zum Ort und zum Programm. Wir freuen uns auf Ihre zahlreiche Teilnahme.

Schlusswort

"Sich treffen ist ein Anfang, zusammenbleiben ein Fortschritt, gemeinsam arbeiten ist der ERFOLG" (*Henry Ford*). Möge die fachübergreifende Zusammenarbeit, die durch dieses Projekt entstanden ist, weiterhin im Dienste unserer Senioren stehen!

Die Internetseite der Studie <http://www.swiss-chef-trial.ch> steht Ihnen immer zur Verfügung und bietet sehr viele Informationen über die Studie sowie den begleitenden Aktivitäten und zwar auf Französisch und auf Deutsch!

Projektleiterin:

Prof. Anne-Gabrielle Mittaz Hager
HES-SO Valais-Wallis
Rathausstrasse 8
3954 Loèche-les-Bains
079 609 90 63
gaby.mittaz@hevs.ch



Projektassistentin:

Annick Bonvin Mittaz
Les Briesses 51
3963 Crans-Montana
078 645 59 07
annick.bonvinmittaz@hevs.ch